

# お家の アイドル



いっき

中川 樹くん

● 4歳10カ月

● 境界

中川 隆さん・美恵さんのお子さん

**恐竜が大好き!**

笑顔でお出迎えをしてくれた樹くん。二人の妹たちとは、いつも仲良く遊んでいます。最近、チョウやカブトムシを探すのが楽しいそうですが、樹くんの一番大好きなものは、恐竜です。家には、恐竜のフィギュアや図鑑があり、恐竜の名前もきちんと覚えています。恐竜のフィギュアで、お父さんと戦いごっこをして遊ぶことがお気に入りです。好きな食べ物は、ブドウ、リンゴ、唐揚げ。最近楽しかったことは、6月に家族で訪れた丸瀬布いこいの森で、蒸気機関車に乗り、昆虫生態館で昆虫を見たことです。そんな樹くんのことをご両親は、「お友達と仲良く、健康に育ててほしいです」と、愛息子の成長を温かく見守っています。

## まちを彩る花いっぱい運動

町民憲章で提唱する緑と清流の美しいまちづくり運動のひとつとして、今年も36回目となる「花いっぱい共励会」(置戸町自治連絡協議会主催)が開催されました。花いっぱい運動を実践している個人や団体、職場から花壇の部、ガーデニングの部を合わせて25件の参加申し込みがありました。審査は行わず、参加者の工夫を凝らした手入れの行き届いた花づくりを見学して、生育方法やデザインなどの情報交換を行いました。

毎日の花の手入れは、楽ではありませんが、花は人々の目を楽しませ、生活に癒しを与えてくれる存在です。手をかけた分だけ、美しく咲いてくれることでしょう。まずは、玄関先の一鉢から「花のある生活」を始めてみませんか。

今晚つくれる! 食改さんの

## かんたんレシピ



わかめの  
ペペロンチーノ風

1人分72kcal 食塩相当量0.9g

### 材料 (2人分)

乾燥わかめ12g (乾燥わかめは水で戻すと約10倍になりますので、戻して水気を絞ると約120gになります)、にんにく1片、赤唐辛子1本、オリーブ油大さじ1、A【固形ブイヨン1/2個、水1カップ】

### 作り方

- ①わかめは水で戻し、大きさを見てざっと刻む。赤唐辛子は2つに切って種を除く。
- ②フライパンにオリーブ油とにんにく、赤唐辛子を入れ弱火にかけ、香りが立ったらわかめを加えて炒める。
- ③赤唐辛子を除いてAを加え、2~3分炒め煮して火を消す。
- ④お皿に盛って完成。

### ワンポイント

少量のブイヨンを使うときは、おろし金を使うと水に溶けやすく便利です。スパゲティと和えたり、冷や麦などのトッピングにもおすすめです。

